

Бекітемін
«№8 бөбекжайы» КМҚК директоры
З.К. Берсугурова

2023 жылғы жазғы-күзгі кезеңге психологиялық мәзір

2023 ж. 01.06. бастап 2023 ж. 30.11. дейін

№ рет.	1-таңғы ас	2-таңғы ас	Түскі ас	Бесін ас	Кешкі ас
1-күн	1.Май және қант қосылып сүтке піскен геркулес ботқасы. 2.Қант қосылған сүтті какао. 3.Сары май жағылған батон.	Табиғи шырын	1. Рыжик салаты өсімдік майымен. 2. Тауық сорпасына піскен қаймақпен «Рассольник» салмасы. 3.Тауық етінен гуляш, лағман. 4.Жеміс-жидектер киселі. 5.Бидай және қара бидай наны	Сүт печенье.	1.Сүзбе және қойылтылған сүті бар вареник. 2. Лимонмен шай. 3 Нан
2-күн	1. Қант, сары май қосылған сүттегі арпа ботқасы. 2.Қант қосылған сүттегі кофе сусыны. 3.Сары май жағылған батон	Жемістер	1. Қызылша салаты өсімдік майымен. 2.Ет/сүйек сорпасынан щи қаймақпен. 3.Етпен үй жаркoesы. 4.Кептірілген жеміс-жидектерден компот 5.Бидай және қара бидай наны.	Йогурт, бублик	1.Ірімшікпен лапшевник. 2. Сүтпен шай, кәмпит. 3.Нан.
3-күн	1.Қант, сары май қосылған сүттегі кулеш. 2. Қант қосылған сүтті какао. 3.Сары май жағылған батон.	Табиғи шырын	1. «Кузнечик» салаты өсімдік майымен. 2. Ет/сүйек сорпасынан «Вермишелевый» салмасы қаймақпен. 3.Еріншек орамалар. 4. Кептірілген жеміс-жидектерден компот 5.Бидай және қара бидай наны.	Ряженка, Үй бәліші	1. 1. Қант қосылған сары май қосылған сүттегі күріш ботқасы 2.Қантпен шай 3 Нан
4-күн	1. Қант, сары май қосылған сүттегі жүгері ботқасы. 2.Қант қосылған сүттегі кофе сусыны. 3.Сары май жағылған батон	Жемістер	1.Қызанақтан жасалған салат өсімдік майымен 2.Ет/сүйек сорпасынан бұршақ салмасы қаймақпен. 3.Балықтан жасалған биточиктер, кәртоп еzbесі 4. Кептірілген жеміс-жидектерден компот 5.Бидай және қара бидай наны.	Кисель, Гренкалар	1. Қарақұмық, ет қосылған тұздық. 2.Қант қосылған шай. 3 Нан
5-күн	1.Сүтке піскен вершимель салмасы. 2. Қант қосылған сүтті какао. 3.Сары май жағылған батон.	Табиғи шырын	1. «Витаминный» салаты өсімдік майымен. 2. Ет/сүйек сорпасынан туралған жұмыртқа мен жасыл бұршақ салмасы қаймақпен. 3.Татарша азу, пісірілген полтавка. 4. Кептірілген жеміс-жидектерден компот 5.Бидай және қара бидай наны.	Сүт вафля	1Картоп қосылған омлет. 2. Сүтпен шай. 3.Нан.

6-күн	1. Қант қосылған сары май қосылған сүттегі жарма ботқасы. 2. Қант қосылған сүттегі кофе сусыны. 3. Сары май жағылған батон	Табиғи шырын	1. Чиполино салаты өсімдік майымен. 2. Тауық сорпасына піскен қаймақпен «Шахтерский» салмасы. 3. Еттен палау. 4. Жеміс-жидектер киселі. 5. Бидай және қара бидай наны	Сүт вафля.	1. Сүзбеден корольдік піспе. 2. Кептірілген жеміс-жидектерден компот 3. Нан
7-күн	1. Сүтке піскен, қант қосылған полтавка ботқасы 2. Қант қосылған сүтті какао. 3. Сары май жағылған батон.	Жемістер	1. Қызанақтан жасалған салат өсімдік майымен. 2. Ет/сүйек сорпасынан «Полевой» салмасы қаймақпен 3. Суфле, картоп езбесі 4. Кептірілген жеміс-жидектерден компот 5. Бидай және қара бидай наны.	Йогурт бублик	1. Ірімшікпен макарон. 2. Сүтпен шай. 3. Нан
8-күн	1. Сүтке піскен табиғи омлет 2. Қант қосылған сүттегі кофе сусыны. 3. Сары май жағылған батон .	Шырын	1. «Витамин» салаты өсімдік майымен. 2. Ет/сүйек сорпасынан «Свекольник» салмасы қаймақпен. 3. Қарақұмықпен бефстроган. 4. Кептірілген жеміс-жидектерден компот 5. Бидай және қара бидай наны.	Айран Джеммен ватрушка	1. Сары май, қант қосылған сүттегі Дружба ботқасы. 2. Сүтпен шай, кәмпіт. 3. Нан.
9-күн	1. Сүтке піскен, қант қосылған күріш ботқасы 2. Қант қосылған сүтті какао. 3. Сары май жағылған батон	Жемістер	1. Қиярдан жасалған салат өсімдік майымен. 2. Картоп-балық сорпасы. 3. Қаймақпен чехохбили және макарон 4. Кептірілген жеміс-жидектерден компот 5. Бидай және қара бидай наны.	Кисель гренадар	1. Көкөністерден рагу. 2. Лимонмен шай. 3. Нан.
10-күн	1. Қант, сары май қосылған сүттегі геркулес ботқасы. 2. Қант қосылған сүттегі кофе сусыны. 3. Сары май жағылған батон.	Табиғи шырын	1. Сарымсақпен «Рыжик» салаты өсімдік майымен. 2. Ет/сүйек сорпасынан борщ, қаймақпен. 3. Бұршақпен ет биточкалары. 4. Жеміс-жидектер киселі. 5. Бидай және қара бидай наны	Сүт печенье.	1. Картоппен және сары маймен варениктер. 2. Сүтпен шай. 3. Нан